株式会社テクノプロジェクト（情報通信業・松江市）

人口減少に打ち勝ち、笑顔で暮らせる島根をつくる
島根創生 SHIMANE SOUSEI 2nd

1. 企業概要

代表者　山中　茂
所在地　松江市学園南2丁目10-14
ＵＲＬ　https://www.tpj.co.jp/
設立年　昭和59年
従業員数　総数251人（男性187人、女性64人）
事業内容
システムインテグレーション事業、特定業種ソリューション開発、クラウドサービス提供、ICTに関するコンサルティング 等

2. 取組の背景・経過

社員が健康に働き続けられる環境づくりを目指し、2015年に管理栄養士による栄養指導を開始。その後、社内に軽食販売の「+plus Oneコーナー」を設置し、健康的な選択肢を広げた。現在は「緑のおまもり」を用いた面談に注力し、行動変容の支援を強化している。

3. 取組の中心となった部署

ヒューマンリソースセンター

4. 特長となる取組内容

(1) 健康状態の可視化と行動支援

●「緑のおまもり」面談
健診結果を視覚的に整理した独自開発ツール「緑のおまもり」を用いて、衛生管理者が面談を実施。経年変化やリスクを一緒に確認し、生活習慣の振り返りや改善行動のきっかけにつなげている。グラフ化により、専門知識がなくても変化を直感的に把握できる。

(2) 軽食で変える食習慣

● +plus Oneコーナー
社内に設置した軽食販売コーナーで、80kcal前後の健康的な食品を安価に提供。朝食を抜いた日や、夕食が遅くなる場合の補食、間食の置き換えとして活用できる。手軽に始められ、社員の食習慣改善を支える環境づくりにつなげている。

5. 取組の成果

全社員が健診を受診しており、受診率は継続して100%を達成。
「緑のおまもり」面談により健診結果への関心が高まり、+plus Oneの活用も定着した。その結果、1人当たり医療費、メタボ該当率も同業種平均を下回る水準を維持し、健康行動の定着が数字にも表れている。

健診結果を可視化するツール「緑のおまもり」を用いた健康面談の様子

「+plus Oneコーナー」での健康的な軽食販売の様子